



# UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN A DISTANCIA

## CERTIFICADO

El Sr. Rector Magnífico, considerando que

**ALICIA LOZANO GÓMEZ**

con NIF nº 49093413M

ha superado y aprovechado satisfactoriamente el curso

## El estrés: máximo rendimiento personal

realizado en el Centro Asociado a la UNED en Les Illes Balears  
del 22 al 23 de marzo de 2019, expide el presente Certificado

Madrid a 29 de abril de 2019

Este documento está firmado digitalmente (\*).

**Jesús de Andrés Sanz**

Vicerrector de Centros Asociados

(P.D. Resolución de 15 de enero de 2019, BOE de 19 de enero)

Nº de horas: **10 horas**

Nº de registro: **8127**

Este certificado se otorga como propio de la UNED, según lo establecido en el artículo 34.1 de la Ley Orgánica 4/2007 de 12 de abril, que modifica la Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de Universidades.

(\*)La autenticidad de este documento, así como su vigencia y validez, puede ser comprobada mediante el **Código de Verificación Seguro (CVS)** del margen derecho en: <https://extension.uned.es/certificados> o descargándolo directamente mediante el código QR.



# Programa

---

## viernes, 22 de marzo

16:30-19:00 h. **El estrés, malo ,malo ,no es**

Andrés López de la Llave Rodríguez *Profesor titular del Dpt. de Metodología de las Ciencias del Comportamiento. UNED*

19:00-21:30 h. **Máximo rendimiento en deporte**

Alejandro García Mas *Profesor titular de la UIB*

## sábado, 23 de marzo

09:30-12:00 h. **Hablar en público: Reto personal.**

M<sup>a</sup> Carmen Pérez- Llantada Rueda *Profesora titular del Dpt. de Metodología de las Ciencias del Comportamiento. UNED*

12:00-14:30 h. **Técnicas de relajación para conseguir el nivel de estrés adecuado.**

Andrés López de la Llave Rodríguez *Profesor titular del Dpt. de Metodología de las Ciencias del Comportamiento. UNED*

La UNED, por acuerdo de la Comisión de Centros Asociados y Estudiantes, delegada del Consejo de Gobierno, de 18 de febrero de 2019, reconoce para este curso 0.5 créditos ECTS (\*).

(\*) **Créditos ECTS:** reconocibles como créditos por actividades universitarias culturales en los Grados de la UNED y en los de universidades y centros con convenio de mutuo reconocimiento.

